

УДК 005.7



© *Юлия Ларкина*
ассистент кафедры организации
и управления Белорусского государственного
экономического университета

© *Yulia Larkina*
Assistant of the Organization and
Management dept. of the Belarusian State
Economic University
e-mail: cunashir@gmail.com

РАЗВИТИЕ СПОРТА В ЭПОХУ ПОСТПАНДЕМИИ

Рассматриваются проблемы развития физической культуры и спорта в условиях эпидемиологических рисков. Выявляется актуальность внедрения спортивными учреждениями практики дистанционной спортивно-оздоровительной работы. Предлагается создание интерактивного онлайн-ресурса, содержащего комплексную информацию для самостоятельного физического и духовного совершенствования населения с перспективой последующей интеграции ресурса в единое спортивное информационное пространство.

Пандемия коронавирусной инфекции потребовала оперативного внесения коррективов в коммуникационные процессы организаций, и отечественные учреждения физической культуры и спорта не стали исключением. Традиционно ориентированные на личное присутствие потребителей спортивных услуг, учреждения физической культуры и спорта столкнулись с необходимостью адаптации к ситуации социального дистанцирования.

Неоспорима роль физической активности в смягчении воздействия неблагоприятных факторов на здоровье, поэтому задачам развития физической культуры и спорта в Республике Беларусь уделяется самое пристальное внимание. Повышение общего уровня здоровья населения входит в число основных национальных интересов, и в динамично изменяющихся условиях эффективность спортивно-оздоровительной работы обретает особую актуальность.

В Республике Беларусь задачи развития спорта, физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы осуществляются в рамках Государственной программы «Физическая культура и спорт на 2021–2025 годы» [1]. На предстоящий период документ определяет

спортивный рейтинг Республики Беларусь по результатам Олимпийских игр не ниже 25-го места; долю постоянно занимающихся физической культурой и спортом — 25,3–26,8 % в общей численности населения; привлечение населения к занятиям техническими, авиационными и военно-прикладными видами спорта — 30,4–31 тыс. человек; выполнение нормативов Государственного физкультурно-оздоровительного комплекса Республики Беларусь — 7–10,5 тыс. человек.

На достижение планируемых показателей могут оказать влияние эпидемиологические риски. Так, в целях остановки или замедления распространения инфекционного заболевания, снижения вероятности контакта между инфицированными и неинфицированными людьми применяется принцип социального дистанцирования: человек организует свою жизнь таким образом, чтобы сократить на три четверти контакты за пределами дома и на четверть на работе. При этом Минздравом рекомендовано воздерживаться от посещения занятий в спортивных клубах и кружках, тренажерных залах даже с минимальным количеством участников. В случае продолжения спортивных занятий численность группы не может превышать 5 человек, во время занятий необходимо соблюдение расстояния 1,5–2 м между людьми. Общение в неблагоприятной эпидемиологической обстановке должно осуществляться дистанционно с помощью средств связи.

Кроме того, как показал европейский опыт 2021 года, организациям может потребоваться полный переход в онлайн, например в условиях строгого локдауна — жестких ограничительных мер по перемещению граждан (режим чрезвычайного положения, комендантский час, остановка работы предприятий сферы услуг, в том числе спортивных комплексов, магазинов и общественного транспорта, необходимость получения специального разрешения на выход из дома и пр.), поэтому учреждениям физической культуры и спорта необходимо быть готовыми к реализации задач развития физической культуры и спорта в том числе полностью в дистанционном формате.

Целесообразность освоения практики дистанционных коммуникаций не следует рассматривать лишь в качестве упреждающей меры по минимизации рисков неблагоприятной обстановки. Пандемия обнажила и ускорила принятие одного из основных современных трендов: неизбежности внедрения передовых информационно-коммуникационных технологий в сферы жизнедеятельности общества и отрасли национальной экономики. Процесс связывается с появлением в результате научно-технического прогресса новых средств производства и социального взаимодействия и носит название цифровой трансформации экономики [2].

По прогнозам ученых, главным ресурсом будущего станет свободное время [3, с. 317]. Благодаря развитию технологий ускоряются монотонные процедуры жизнедеятельности человека, высвобождается все больше времени на производстве и дома, что дает возможность восстановить силы, улучшить здоровье, посвятить себя творческой и инновационной деятельности. Однако наряду с перспективами улучшения качества жизни существуют и риски потратить высвободившееся время на азартные и компьютерные игры, наркотики, алкоголь. В связи с этим особую роль приобретает доступность информационных ресурсов практики здорового образа жизни, велнес (англ. wellness — «хорошее здоровье», «благополучие»), бодрости и физической активности независимо от географического положения. В этой связи учреждению физической культуры и спорта необходимо овладение практикой дистанционной работы с населением, эффективное применение новейших информационных технологий в ходе воспитательной и спортивно-оздоровительной работы.

В отечественной практике спортивно-массовой работы уже нашли свое применение пропагандирующие здоровый образ жизни рекламные плакаты и стенды, популяризирующие спорт видеоролики и анимационные фильмы. Тем не менее, по итогам реализации Программы развития физической культуры и спорта в Республике Беларусь на 2016–2020 годы, не решена проблема слабой информированности населения относительно услуг, предоставляемых физкультурно-спортивными объектами.

Отметим, что коммуникация (от лат. *communicare* — «связывать, делать общим») не тождественна передаче информации, поскольку передаваемые, например, средствами массовой информации сообщения являются лишь частью коммуникационного процесса. Целью коммуникации является обеспечение взаимопонимания сторон, участвующих в обмене. Таким образом, совершенствование коммуникационного менеджмента учреждения физической культуры и спорта призвано соединить заинтересованные в здоровье и устойчивом развитии государство, общество, а также бизнес.

В соответствии с типовым районированием потенциальная офлайн-аудитория учреждения физической культуры и спорта составляет порядка 6–9 тысяч человек (приблизительно 20–30 га окружающей территории). Фактически же она представлена воспитанниками учреждения и потребителями физкультурно-оздоровительных услуг — именно на эти сообщества традиционно ориентировано в работе спортивное учреждение.

Потенциальная онлайн-аудитория многократно превосходит офлайн, ее охват не ограничен расположением и часами работы учреждения и может насчитывать десятки тысяч человек. Помимо названных выше сообществ (ведь и с ними коммуникация может осуществляться дистанционно), онлайн-аудитория включает и группы тех, кто не посещает учреждение лично, но заинтересован в физическом и духовном совершенствовании, вовлечен в спортивную жизнь. Это любители активного отдыха и здорового образа жизни, спортсмены-сезонщики, занятые на сменных работах (графики работы и тренировок не совпадают);

желающие быстрых результатов (нарастить мышечную массу, прийти в форму к лету, восстановиться после родов, вернуть жизненный тонус, сбросить лишние килограммы);

привязанные к дому (люди с ограниченными возможностями, находящиеся на самоизоляции, родители малышей) или пребывающие вдали от дома (нуждаются в сопровождении тренировок на родном языке);

испытывающие дискомфорт в групповых занятиях (стеснение, необходимость индивидуального темпа тренировок, хотят заниматься и не знают, с чего начать);

болельщики, поклонники действующих спортсменов учреждения и др.

Преодолеть коммуникационный барьер способна технологическая поддержка спортивно-оздоровительной работы, состоящая из следующих этапов:

создание и поддержка интерактивного онлайн-ресурса для самостоятельной работы с телом и здоровьем, овладения видами спорта независимо от географического положения;

онлайн-мониторинг активности занимающихся, анализ потребностей и разработка персонализированных программ физического совершенствования (личный тренер);

интеграция с государственными и бизнес-ресурсами смежных отраслей (здравоохранение, фармацевтика, производство, туризм и пр.);

формирование единого спортивного информационного пространства.

Направления структурных блоков онлайн-ресурса:

Подбор спортивной экипировки и инвентаря. В зависимости от комплекции тела (рост, вес, возраст), условий эксплуатации (в зале, на стадионе, по пересеченной местности), техники (например, лыжи для классического или конькового хода), экипировка для тренировки в межсезонье (лыжероллеры, роликовые коньки), защита и безопасность в различных погодных условиях (жара, мороз, пыль, темное время суток и

пр.), особенности высокотехнологичных тканей и материалов (гигроскопичность, влагостойкость, жаро- и ударопрочность). Обзор технологических новинок, достоинств и недостатков экипировки ведущих производителей. Торговые точки (спортивные торговые сети или онлайн-платформы), шеринг и аренда спортивного оборудования.

Организация тренировочного процесса. Тренировки профессионалов и любителей, людей с ограниченными возможностями, детские тренировки. Выбор оптимального времени занятий, соотношение нагрузки и подходов, календарь тренировок. Поступательное увеличение нагрузки. Разминка и суставная гимнастика. Осанка, развитие пластичности и устойчивости, группировка в падениях. Силовая и кардионагрузка, дыхательные упражнения. Отработка разнообразия техник (удара в боевых искусствах, стилей плавания и т. п.), тренировка в спаррингах. Контроль болевых ощущений, профилактика травм. Обзор специализированных залов, спортивных площадок и сооружений, тренажеров, спортивного оборудования, спортивной косметики (согревающие мази, охлаждающие и обезболивающие гели и пр.). Тренировки на природе, в городе, в домашних условиях, в межсезонье. Клубы единомышленников.

Отдых и восстановление организма. Принципы организации хорошего сна, индивидуальное время сна. Польза, правила и ограничения восстанавливающих процедур (массаж, сауна, спа). Активный отдых и подвижные игры, обзор инфраструктуры и направлений для активного отдыха и туризма. Контроль речи и управление дыханием, интернет-шабат. Восстановительная гимнастика после травм. Организация отдыха детей, пожилых, беременных, людей с ограниченными возможностями. Организация пространства для отдыха. Отдых и рекреация при специфических видах деятельности (сидячая, стоячая, разъездная, напряженная, сменная работа, вредные условия труда).

Организация питания. Питание при обычных, интенсивных физических и профессиональных спортивных нагрузках. Нарращивание мышечной массы и моделирование формы тела. Регулировка весовых показателей. Снижение жировых отложений. Энергетические затраты и количественно-качественный состав потребляемой пищи. Индивидуальный баланс жидкости, белков, жиров, углеводов. Источники витаминов, микро- и макроэлементов, суточная потребность. Пробиотики и пребиотики. Использование биологически активных добавок, обзор площадок по их доставке. Вредные продукты и продукты-заменители, энергетики. Связь питания и психологического состояния. Режим и культура питания, варианты меню, читмил. Калькуляторы калорий.

Психологическое совершенствование. Расслабление и сосредоточение, концентрация внимания и созерцание, бдительность, преодоление блоков и дискомфорта, позитивное мышление и юмор. Постановка целей и воображение, ведение дневника. Импровизация, упорство в достижении поставленной цели, тайм-менеджмент. Аутотренинг, самоконтроль, внутренняя победа. Переживание момента «сейчас». Работа с напряжением, неудачами, поражениями. Психоэмоциональная гигиена. Оптимальное боевое состояние. Выбор комплементарной музыки, цвета, ароматов, фактур. Особенности командной работы, взаимная поддержка, спортивная этика. Взаимодействие с соперниками, кумирами, поклонниками, тренерами, воспитанниками, прессой. Карьера успешных спортсменов, мотивирующая литература.

Подготовка к соревнованиям. Календарь спортивных мероприятий. Условия участия, спонсоры, призовой фонд, перспективы. Участники, лидеры и темные лошади турниров. Спортивная и психологическая подготовка, работа с болельщиками. Организационные новшества конкретного спортивного события. Проезд и оформление документов. Рекогносцировка. Особенности менталитета принимающей стороны. Репортажи и отчеты с места событий. Мастер-классы и интервью известных спортсменов и тренеров.

Доступный сегодня способ включения потенциальной онлайн-аудитории — размещение видео спортивных занятий на бесплатных видеохостингах или в социальных сетях. Сервисы предоставляют возможности отложенного просмотра, трансляции в режиме реального времени, подключения субтитров и перевода, анализа статистики пользователей, организации опросов и обсуждений, рекламы и монетизации контента. В перспективе же созданные учреждениями физической культуры и спорта информационные ресурсы могут составить основу единой государственной спортивной цифровой платформы — площадки, соединяющей спрос и предложение спортивных услуг, платежные системы и функции ранжирования массивов поставщиков и потребителей.

Тренировочный процесс, покидая границы спортивного зала, не только отвечает требованиям современного общества, но и способствует развитию внутриорганизационной культуры и культуры взаимодействия с внешней средой — факторов, способных поддерживать долговременное организационное конкурентное преимущество.

Проблемы коммуникаций отечественных спортивных учреждений уже обсуждались в контексте целесообразности реализации коммуникационного менеджмента специалистами по связям с общественностью, обладающими профессиональными компетенциями в области

ведения коммуникаций [4]. По настоящее время единичные функции такого специалиста — заполнение сайта, рассылка пресс-релизов — осуществляются, как правило, инструкторами-методистами по видам спорта либо тренерами-преподавателями, имеющими свой круг профессиональных обязанностей.

В отсутствие соответствующего структурного подразделения, ведущего системную работу с общественностью, организация дистанционных коммуникаций также ложится на руководство и может быть реализована инструкторами-методистами и тренерами-преподавателями.

Методика дистанционной работы с аудиторией пополняет арсенал практических средств учреждения физической культуры и спорта по организации воспитательной и спортивно-массовой работы, оздоровлению населения, популяризации спорта и здорового образа жизни. Частичный либо полный переход в онлайн-формат может быть частью антикризисного менеджмента спортивного учреждения и направлением реализации государственной политики Республики Беларусь по развитию физической культуры и спорта, цифровизации отрасли физической культуры и спорта.

В условиях эпидемиологических рисков и процесса цифровой трансформации учреждение физической культуры и спорта должно быть способно к реализации задач развития физической культуры и спорта в дистанционном формате.

Преодолеть коммуникационный барьер способна технологическая поддержка спортивно-оздоровительной работы, заключающаяся в создании интерактивного онлайн-ресурса, содержащего комплексную информацию для самостоятельного физического и духовного совершенствования населения.

Онлайн-мониторинг активности занимающихся и анализ их потребностей позволят применить персонализированные программы физического совершенствования (личный тренер).

Ресурс может быть интегрирован с государственными и бизнес-ресурсами смежных отраслей, положен в основу единого спортивного информационного пространства.

Список основных источников

1. О Государственной программе «Физическая культура и спорт» на 2021–2025 годы : постановление Совета Министров Респ. Беларусь от 29 янв. 2021 г. № 54 // ЭТАЛОН. Законодательство Республики Беларусь / Нац. центр правовой информ. Респ. Беларусь. — Минск, 2022.

2. Гурский, В. Л. Феномен цифровой трансформации экономики в развитии общества / В. Л. Гурский // Белорусский экономический журнал. — 2021. — № 3. — С. 4–14.

3. «Потому что так решили мы»: поведенческая экономика Беларуси и её раскодирование / К. В. Рудый [и др.] ; под науч. ред. К. В. Рудого. — Минск : Звезда, 2017. — 368 с.

4. Ларкина, Ю. В. Коммуникационный менеджмент учреждения физической культуры и спорта / Ю. В. Ларкина // Весн. Магілёўск. дзярж. ун-та імя А. А. Куляшова. — 2020. — № 1. — С. 31–34.

SPORT DEVELOPMENT IN THE POST-PANDEMIC ERA

In epidemiological risks and digital transformation process context a physical culture and sports institutions should be able to implement physical culture and sports developing tasks in a remote format.

The communication barrier overcoming is a technological support of sports and health-improving work which creating an interactive digital resource containing comprehensive information for self-dependent physical and psychological population improvement.

Online monitoring of involving activities and analysis of their needs will allow the use a personalized physical improvement programs (the personal trainer).

The resource can be integrated with relate government and business resources, laid as foundation for a unite sports information space.